21 JOURS AVEC DIEU

Un parcours de prière, de foi et de transformation intérieure

Dévotionnel avec activités pratiques

Présentation

Ce dévotionnel a été conçu pour accompagner une période de **21 jours de prière, de réflexion et d'actions concrètes**.

Pendant cette période, vous serez encouragé à :

• Présenter vos projets et vos préoccupations à Dieu ;

• Renouveler votre intelligence par la Parole ;

• Chercher la sagesse et la direction du Seigneur ;

• Remettre vos peurs entre ses mains ;

• Développer la discipline et la persévérance ;

• Pardonner, demander pardon et recommencer ;

• Agir avec foi, responsabilité et équilibre.

Les 21 jours ne constituent pas une formule destinée à obliger Dieu à agir. Ils représentent un temps de communion, de constance et de transformation intérieure.

Chaque jour, prenez quelques instants dans un endroit calme pour lire le verset, méditer, prier et réaliser l'activité proposée.

Comment utiliser ce dévotionnel

Chaque jour :

1. Lisez le verset proposé.

2. Réfléchissez au message.

3. Présentez votre demande à Dieu.

4. Répétez la déclaration de foi.

5. Réalisez l’activité pratique.

6. Notez ce que vous avez compris ou ressenti.

Priez avec sincérité et placez vos désirs sous la volonté du Seigneur.

Jour 1 — Présentez vos projets à Dieu

Verset

« Recommande à l’Éternel tes œuvres, et tes projets réussiront. »

Proverbes 16:3

Méditation

Dieu connaît vos rêves, vos besoins et les projets qui se trouvent dans votre cœur. Lui présenter vos plans ne signifie pas exiger que tout se déroule comme vous le souhaitez. Cela signifie reconnaître que vous avez besoin de sa sagesse et de sa direction.

Le changement commence lorsque nous cessons de dépendre uniquement de nos propres forces et que nous remettons notre chemin entre les mains du Seigneur.

Prière

Seigneur, je te remets mes projets, mes rêves et mes décisions. Donne-moi la sagesse nécessaire pour planifier et l’humilité nécessaire pour accepter ta direction. Que mes désirs soient conformes à ta volonté. Amen.

Déclaration

Mon histoire, mes projets et mon avenir sont entre les mains de Dieu.

Activité

Écrivez trois projets ou domaines de votre vie que vous souhaitez remettre au Seigneur. Pour chacun, répondez aux questions suivantes :

• Que désiré-je accomplir ?

• Pourquoi ce projet est-il important pour moi ?

• Quelle action responsable puis-je entreprendre ?

Jour 2 — Présentez votre demande avec clarté

Verset

« Écris la prophétie : grave-la sur des tables, afin qu’on la lise couramment. »

Habacuc 2:2

Méditation

Être précis dans la prière ne signifie pas essayer de contrôler Dieu. Cela signifie reconnaître honnêtement ce qui se trouve dans votre cœur et présenter votre situation au Seigneur.

Lorsque nous écrivons nos pensées, nous comprenons mieux nos besoins, nos craintes et nos priorités.

Prière

Seigneur, aide-moi à te présenter ce qui doit réellement être transformé dans ma vie. Donne-moi de la clarté pour reconnaître mes besoins et de la foi pour faire confiance à tes voies.

Déclaration

Je présente ma demande à Dieu avec sincérité, clarté et confiance.

Activité

Écrivez une prière précise au sujet d’une situation que vous désirez remettre au Seigneur. Décrivez ce que vous vivez, ce que vous ressentez et ce que vous espérez.

Jour 3 — Renouvelez votre intelligence

Verset

« Soyez transformés par le renouvellement de l’intelligence. »

Romains 12:2

Méditation

De nombreux changements commencent par notre manière de penser. Les pensées de défaite, de culpabilité, de peur et d’incapacité peuvent influencer nos choix.

La Parole de Dieu nous enseigne que notre intelligence peut être renouvelée. Cela ne signifie pas ignorer les problèmes, mais apprendre à les affronter avec foi, équilibre et sagesse.

Prière

Seigneur, renouvelle mon intelligence. Aide-moi à reconnaître les pensées qui ne correspondent pas à ta vérité. Enseigne-moi à penser avec espoir, sagesse et équilibre.

Déclaration

Mon identité ne se trouve ni dans mon passé ni dans mes erreurs. Mon identité est en Christ.

Activité

Notez trois pensées négatives qui vous limitent. À côté de chacune, écrivez une vérité biblique ou une réponse équilibrée.

Jour 4 — Recommencez avec Dieu

Verset

« Si quelqu’un est en Christ, il est une nouvelle créature. Les choses anciennes sont passées ; voici, toutes choses sont devenues nouvelles. »

2 Corinthiens 5:17

Méditation

Être en Christ ne signifie pas que tous les problèmes disparaîtront instantanément. Cela signifie que le passé ne doit plus contrôler votre avenir.

En Dieu, il existe le pardon, la restauration et la possibilité de recommencer.

Prière

Seigneur Jésus, merci parce que mon passé n’est pas plus grand que ta grâce. Aide-moi à apprendre de mes erreurs, à recevoir ton pardon et à marcher dans une nouvelle direction.

Déclaration

Mon passé ne définit pas qui je suis. Par la grâce de Dieu, je peux recommencer.

Activité

Écrivez une situation du passé que vous devez remettre à Dieu. Notez ensuite une attitude saine qui peut vous aider à avancer.

Jour 5 — Demandez, cherchez et persévérez

Verset

« Demandez, et l’on vous donnera ; cherchez, et vous trouverez ; frappez, et l’on vous ouvrira. »

Matthieu 7:7

Méditation

Jésus nous enseigne à demander, à chercher et à frapper. Ces paroles expriment la dépendance envers Dieu, mais aussi la persévérance.

La foi n’est pas la passivité. Pendant que nous prions, nous pouvons également étudier, chercher des conseils, développer nos compétences et faire des pas responsables.

Prière

Seigneur, enseigne-moi à persévérer sans anxiété. Montre-moi les prochaines étapes et donne-moi la force de continuer, même lorsque je ne vois pas encore le résultat.

Déclaration

Je continuerai à chercher Dieu et à avancer avec sagesse, un pas après l’autre.

Activité

Choisissez un domaine qui a besoin de changement. Écrivez trois actions concrètes que vous pouvez réaliser dans les prochains jours.

Jour 6 — Remettez vos inquiétudes à Dieu

Verset

« Ne vous inquiétez de rien ; mais en toute chose, faites connaître vos besoins à Dieu par des prières et des supplications, avec des actions de grâces. »

Philippiens 4:6

Méditation

L’anxiété nous pousse souvent à porter aujourd’hui les problèmes de demain. Dieu nous invite à lui présenter nos besoins avec prière, supplication et reconnaissance.

Remettre une inquiétude au Seigneur ne signifie pas abandonner nos responsabilités. Cela signifie refuser de laisser la peur gouverner nos décisions.

Prière

Père, je te remets mes inquiétudes. Aide-moi à faire ce qui dépend de moi et à te faire confiance pour ce que je ne peux pas contrôler.

Déclaration

Je ne laisserai pas la peur gouverner ma vie. Je remets mes inquiétudes au Seigneur.

Activité

Tracez deux colonnes :

Ce qui dépend de moi

Écrivez les actions que vous pouvez entreprendre.

Ce que je dois remettre à Dieu

Écrivez ce qui ne dépend pas de vous.

Jour 7 — Marchez par la foi

Verset

« La foi est une ferme assurance des choses qu'on espère, une démonstration de celles qu'on ne voit pas. »

Hébreux 11:1

Méditation

La foi ne signifie pas faire semblant que les problèmes n'existent pas. Elle signifie faire confiance à Dieu tout en affrontant la réalité avec courage et responsabilité.

Vous ne voyez peut-être pas tout le chemin, mais vous pouvez demander au Seigneur de vous montrer le prochain pas.

Prière

Seigneur, fortifie ma foi. Aide-moi à continuer lorsque je ne vois pas encore le résultat et à te faire confiance pendant tout le processus.

Déclaration

Même si je ne vois pas tout clairement, je choisis de faire confiance à Dieu et de persévérer.

Activité

Identifiez une décision que vous reportez par peur. Écrivez quelle serait une première étape prudente et responsable.

Jour 8 — Cherchez votre force dans le Seigneur

Verset

« Je puis tout par celui qui me fortifie. »

Philippiens 4:13

Méditation

Ce verset ne signifie pas que nous pouvons accomplir tout ce que nous désirons sans limites. Il nous rappelle qu'en Christ, nous pouvons affronter chaque étape avec la force qui vient de Dieu.

Nous pouvons apprendre, recommencer, rester fidèles, vaincre la peur et continuer à avancer.

Prière

Seigneur, fortifie-moi pour traverser ce processus. Donne-moi le courage d'apprendre, l'humilité de demander de l'aide et la persévérance de ne pas abandonner.

Déclaration

En Christ, je peux affronter chaque étape avec force, foi et persévérance.

Activité

Écrivez une difficulté que vous traversez et trois ressources que Dieu a déjà placées à votre disposition : personnes, connaissances, compétences ou opportunités.

Jour 9 — Faites confiance au soin de Dieu

Verset

« Déchargez-vous sur lui de tous vos soucis, car lui-même prend soin de vous. »

1 Pierre 5:7

Méditation

Dieu n’est pas indifférent à ce que vous ressentez. Il connaît vos larmes, vos craintes, vos rêves et vos limites.

Vous n’avez pas besoin de prétendre que tout va bien. Vous pouvez parler honnêtement à Dieu et chercher l’aide de personnes mûres et de professionnels qualifiés lorsque cela est nécessaire.

Prière

Père, je te remets ce que je n’arrive pas à porter seul. Aide-moi à reconnaître mes limites et à chercher du soutien lorsque cela est nécessaire.

Déclaration

Dieu prend soin de moi. Je n’ai pas besoin de tout porter seul.

Activité

Écrivez le nom d’une personne de confiance à qui vous pouvez parler d’une inquiétude. Si vous traversez une grande souffrance émotionnelle, recherchez également l’aide d’un professionnel qualifié.

Jour 10 — Demandez la sagesse

Verset

« Si quelqu’un d’entre vous manque de sagesse, qu’il la demande à Dieu, qui donne à tous simplement et sans reproche, et elle lui sera donnée. »

Jacques 1:5

Méditation

Toutes les opportunités ne doivent pas être acceptées et toutes les portes fermées ne représentent pas un échec. Nous avons besoin de discernement pour reconnaître ce qui est bon, sain et conforme à la volonté de Dieu.

La sagesse peut venir par la prière, la Bible, les conseils mûrs, l’étude et la réflexion.

Prière

Seigneur, donne-moi la sagesse pour reconnaître la prochaine étape. Aide-moi à réfléchir avant d’agir et à prendre des décisions responsables.

Déclaration

Dieu me donne la sagesse pour reconnaître le prochain pas.

Activité

Avant de prendre une décision importante, répondez aux questions suivantes :

• Cette décision est-elle conforme à mes valeurs ?

• Est-ce que j’agis avec sagesse ou par impulsion ?

• Ai-je demandé conseil à des personnes fiables ?

• Quelles pourraient être les conséquences ?

Jour 11 — Remettez votre chemin au Seigneur

Verset

« Recommande ton sort à l'Éternel, mets en lui ta confiance, et il agira. »

Psaume 37:5

Méditation

Remettre votre chemin à Dieu signifie lui confier vos relations, votre travail, vos études, votre santé, votre maison, vos rêves et votre avenir.

Cela ne signifie pas cesser de planifier. Cela signifie planifier sans perdre la paix et sans oublier que Dieu doit occuper la première place.

Prière

Seigneur, je te remets mon chemin, mes relations, mon travail, mes études et mon avenir. Conduis-moi selon ta volonté.

Déclaration

Mon chemin est entre les mains du Seigneur et je choisis de lui faire confiance.

Activité

Écrivez les principaux domaines de votre vie. Pour chacun, notez une attitude concrète de confiance et de consécration.

Jour 12 — Mettez Dieu à la première place

Verset

« Cherchez premièrement le royaume et la justice de Dieu. »

Matthieu 6:33

Méditation

Il est possible de désirer une bénédiction tout en oubliant le Dieu qui bénit. Jésus nous enseigne à chercher d’abord le royaume de Dieu.

Aucune réussite ne doit occuper la place qui appartient au Seigneur. Nos rêves doivent être soumis à la justice, au caractère et à la volonté de Dieu.

Prière

Seigneur, occupe la première place dans ma vie. Que je ne cherche pas seulement ce que tu peux me donner, mais que je désire aussi mieux te connaître et t’honorer.

Déclaration

Ma priorité est de connaître Dieu et de vivre d’une manière qui l’honore.

Activité

Observez votre routine et identifiez ce qui occupe la première place dans vos pensées. Écrivez une manière concrète de réorganiser vos priorités.

Jour 13 — Recevez la paix de Dieu

Verset

« Et la paix de Dieu, qui surpasse toute intelligence, gardera vos cœurs et vos pensées en Jésus-Christ. »

Philippiens 4:7

Méditation

La paix de Dieu ne dépend pas de l’absence totale de problèmes. Elle peut garder notre cœur même pendant les périodes difficiles.

La paix ne supprime pas nos responsabilités, mais elle nous aide à agir sans désespoir, impulsivité ou peur excessive.

Prière

Seigneur, garde mon cœur et mes pensées. Que ta paix soit plus grande que mon anxiété et m’aide à prendre des décisions équilibrées.

Déclaration

La paix de Christ garde mon cœur et mes pensées.

Activité

Prenez cinq minutes dans le silence. Respirez lentement, lisez Philippiens 4:6-7 et remettez consciemment au Seigneur une inquiétude précise.

Jour 14 — Trouvez refuge en Dieu

Verset

« Dieu est pour nous un refuge et un appui, un secours qui ne manque jamais dans la détresse. »

Psaume 46:1

Méditation

Dans les moments de souffrance, nous n’avons pas besoin de dépendre uniquement de nos propres forces. Dieu est notre refuge, notre soutien et notre secours.

Chercher Dieu n’empêche pas de rechercher une aide pratique. La sagesse peut nous conduire à parler à des personnes de confiance, à des responsables spirituels ou à des professionnels qualifiés.

Prière

Seigneur, sois mon refuge et ma force. Soutiens-moi dans les jours difficiles et montre-moi les personnes et les ressources qui peuvent m’aider.

Déclaration

Dieu est mon refuge, ma force et mon secours présent.

Activité

Créez une liste de soutien comprenant :

• Une personne à qui parler ;

• Une personne capable de vous conseiller ;

• Un professionnel ou un service que vous pouvez contacter si nécessaire.

Jour 15 — Administrez fidèlement ce que Dieu vous confie

Verset

« Recommande à l’Éternel tes œuvres, et tes projets réussiront. »

Proverbes 16:3

Méditation

Les changements dans les finances, le travail ou la vie familiale demandent également de la responsabilité, de la discipline et de bonnes décisions.

Nous pouvons prier pour la provision, tout en apprenant à gérer nos ressources, à développer nos compétences, à éviter les décisions impulsives et à agir avec honnêteté.

Prière

Seigneur, enseigne-moi à administrer avec sagesse tout ce que tu places entre mes mains. Libère-moi de l’impulsivité et aide-moi à agir avec équilibre.

Déclaration

Je serai responsable, discipliné et sage avec ce que Dieu me confie.

Activité

Choisissez un domaine pratique à organiser aujourd'hui :

• Les finances ;

• Les documents ;

• Les études ;

• Le travail ;

• La routine ;

• La santé ;

• La maison.

Réalisez une petite action d'organisation.

Jour 16 — Prenez soin de vos relations

Verset

« Soyez bons les uns envers les autres, compatissants, vous pardonnant réciproquement. »

Éphésiens 4:32

Méditation

La restauration de la famille et des relations commence souvent par un changement en nous.

Nous devons apprendre à demander pardon, à pardonner, à écouter avec patience, à parler avec amour et à reconnaître nos propres erreurs.

Prière

Seigneur, transforme d’abord mon cœur. Donne-moi des paroles bienveillantes, de la patience pour écouter, du courage pour reconnaître mes erreurs et de l’amour pour agir sans orgueil.

Déclaration

Dieu forme en moi un cœur humble, patient et disposé à aimer.

Activité

Choisissez une attitude :

• Demander pardon ;

• Pardonner à quelqu’un ;

• Envoyer un message d’encouragement ;

• Écouter quelqu’un sans l’interrompre ;

• Éviter une discussion inutile.

Jour 17 — Affrontez la peur avec courage

Verset

« Ce n’est pas un esprit de timidité que Dieu nous a donné, mais un esprit de force, d’amour et de sagesse. »

2 Timothée 1:7

Méditation

La peur peut nous protéger de certains dangers réels, mais elle peut aussi nous empêcher d’obéir, de recommencer et d’avancer.

Dieu nous donne la force d’agir, l’amour pour ne pas devenir amers et l’équilibre nécessaire pour prendre de bonnes décisions.

Prière

Seigneur, aide-moi à ne pas être gouverné par la peur. Donne-moi la force d’agir, l’amour pour rester sensible et la sagesse pour choisir correctement.

Déclaration

Dieu me donne la force, l’amour et la sagesse pour affronter les défis.

Activité

Écrivez une peur qui vous empêche d’avancer. Définissez ensuite une action petite, sûre et réaliste que vous pouvez entreprendre malgré cette peur.

Jour 18 — Permettez à Dieu de vous transformer

Verset

« Soyez transformés par le renouvel